

ENERGIESPAR-TIPPS für den Alltag



Nutzen Sie die Restwärme von Herdplatten und Backrohr und schalten Sie früher ab.

Kochen im Kochtopf ohne Deckel benötigt bis zu 30% mehr Energie.

Entkalken Sie Wasserkocher und Kaffeemaschinen regelmäßig.

Verwenden Sie Kleingeräte wie Wasserkocher, Toaster etc. anstelle des Elektroherdes.

Ein vollbeladener Geschirrspüler ist sparsamer als Handwäsche.

Achten Sie beim Kochgeschirr, dass die Größe zur Kochplatte passt und der Topfboden eben ist.

Tauschen bzw. reinigen Sie die Filter von Dunstabzugshauben regelmäßig.

Setzen Sie das Backofen-Selbstreinigungsprogramm nur sparsam ein.



Stellen Sie Kühl- und Gefriergeräte nicht zu kalt ein (6° C beim Kühlschrank, -18° C beim Gefrierschrank ist meist ausreichend) und tauen Sie sie regelmäßig ab.

Stellen Sie keine warmen Speisen in den Kühlschrank.

Kontrollieren und reinigen Sie die Türdichtungen regelmäßig.



Wählen Sie die richtige Waschtemperatur - eine Senkung der Temperatur von 60° C auf 30° C bewirkt eine Energieeinsparung von ca. 45%.

Verzichten Sie wenn möglich auf Wäschetrockner. Im Vergleich zur Waschmaschine hat der Wäschetrockner den vierfachen Energiebedarf.



Lüften Sie kurz und kräftig, vermeiden Sie während der Heizperiode gekippte Fenster.

Mit einem Grad weniger Raumtemperatur sparen Sie bis zu 6% bei den Heizkosten.

Entlüften Sie Ihre Heizkörper regelmäßig, damit sie die volle Heizleistung erfüllen können.



Vermeiden Sie dauerhaften Standby Betrieb von Geräten, verwenden Sie abschaltbare Steckerleisten.

Stecken Sie Ihr Handy Ladegerät nach dem Aufladen wieder aus.

Achten Sie bei der Anschaffung von neuen Geräten auf die Energieklasse.

Schalten Sie die Energiesparfunktion beim PC ein (unter Einstellungen/Systemsteuerung).



Messen Sie doch einmal, wieviel Strom Ihre Geräte genau verbrauchen.

Entsprechende Messgeräte sind im Fachhandel schon für wenig Geld erhältlich.